令和７年度　まち歩きアプリ「PLUS-Walk 清水町」意識調査結果

1　調査の目的

令和４年 12 月から導入し２年超が経過したため、アプリ利用者の実態把握及び意識調査のためアンケートを実施し、今後のアプリによる効果検証の基礎資料とする。

2　調査の実施要領

調査期間　令和７年４月 25 日から令和７年５月 30 日まで（36 日間）

調査対象　まち歩きアプリ「PLUS-Walk 清水町」登録者

送信件数 3,897 件、未読 2,726 件、既読 1,171 件

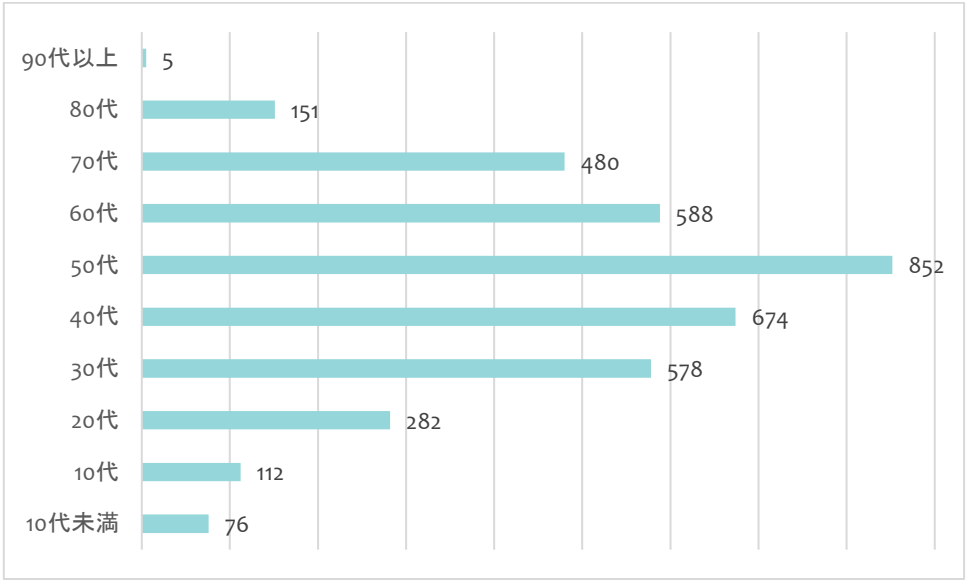
調査方法　当アプリ内お知らせ機能より配信、Graffer アンケート機能にて回答

3　回答結果

回答者数　413 人

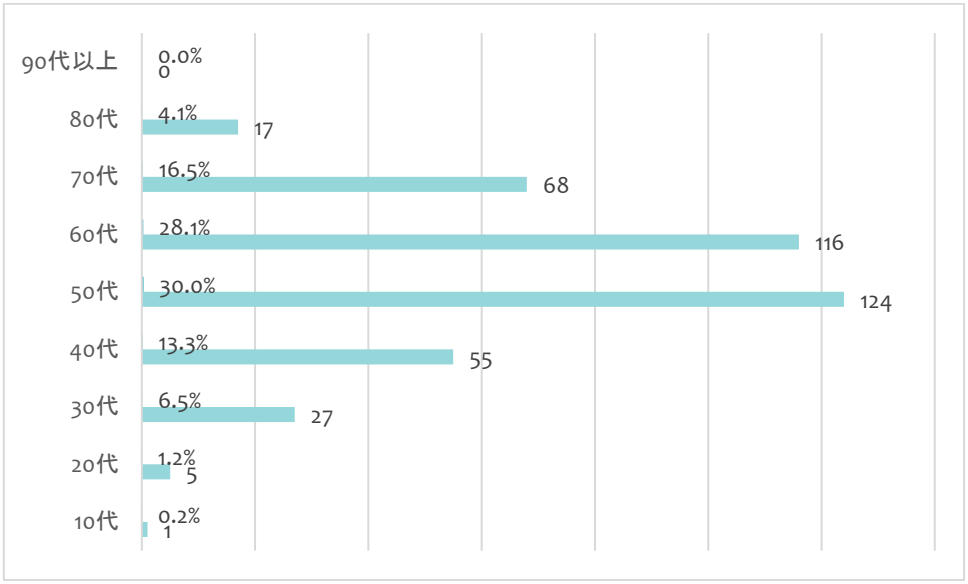
回答率　　10.6%（送信件数割）　35.3%（既読件数割）

4　令和７年５月末　登録者数



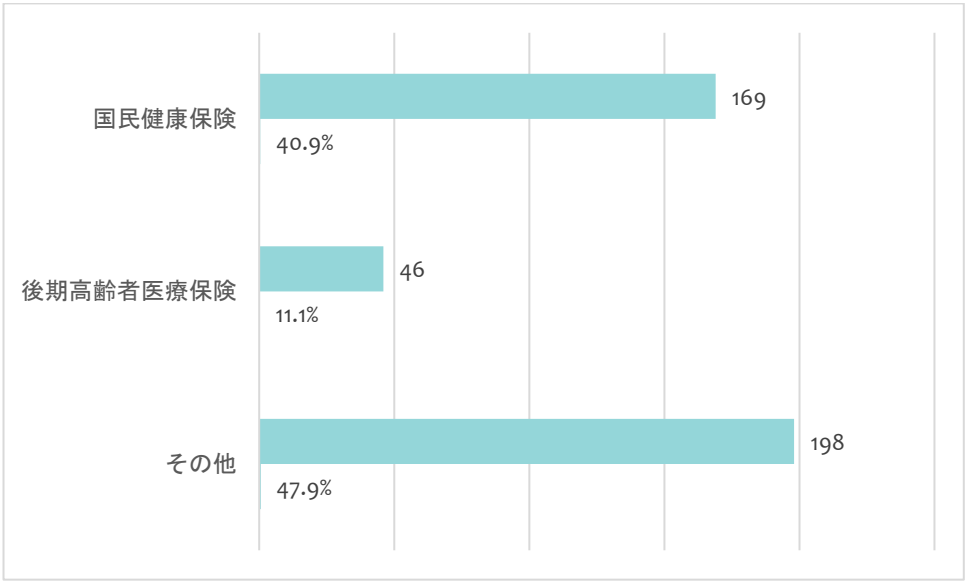
40 代・50 代が登録者数の４割を占めている。

①年齢



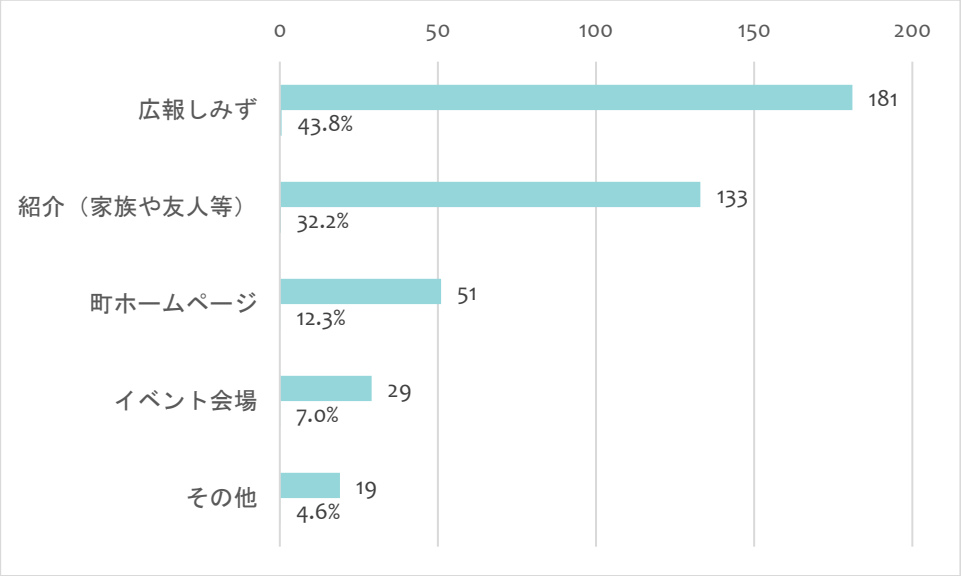
50 代以上の回答者が 78.7%を占めている。

②健康保険の種類



健康保険の種類は、「国民健康保険または後期高齢者医療保険」が 52.1%、「その他」が 47.9%となっている。

③アプリを知った理由

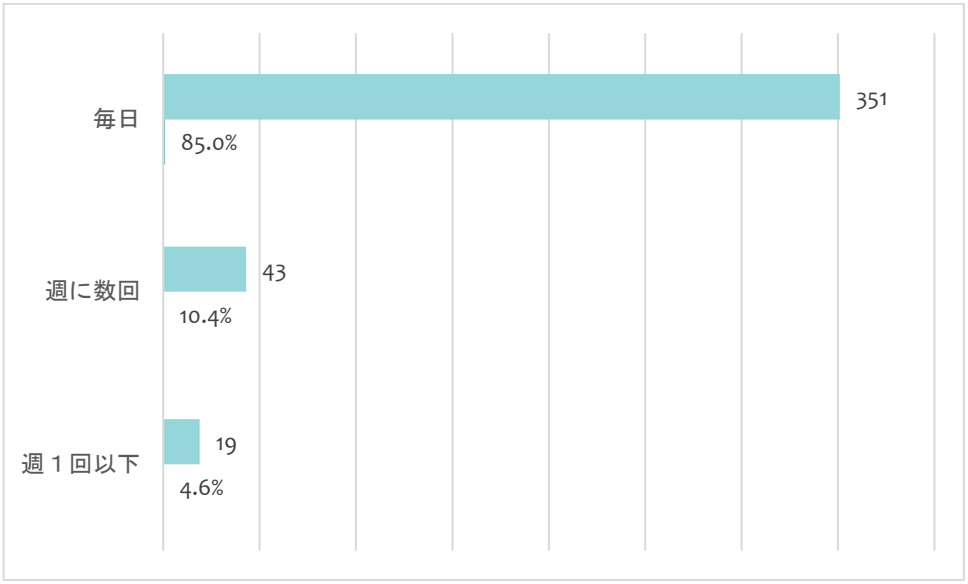


※その他の詳細

回覧板
健幸つくり課で。
健康診断結果報告で知った。
親戚にすすめられた
清水町図書館の掲示板
スポウエルけんしんじゅく
町役場での紹介
会社
清水町地域交流センターの方が教えてくれた
美容院
友人からの情報
ゆうすいポイントのアプリのお知らせ
町役場で案内された
プールを使用した時に見つけた
お店での会計時
図書館にあるチラシで知った。
仕事のため
カードを送ってきたから
お知らせ

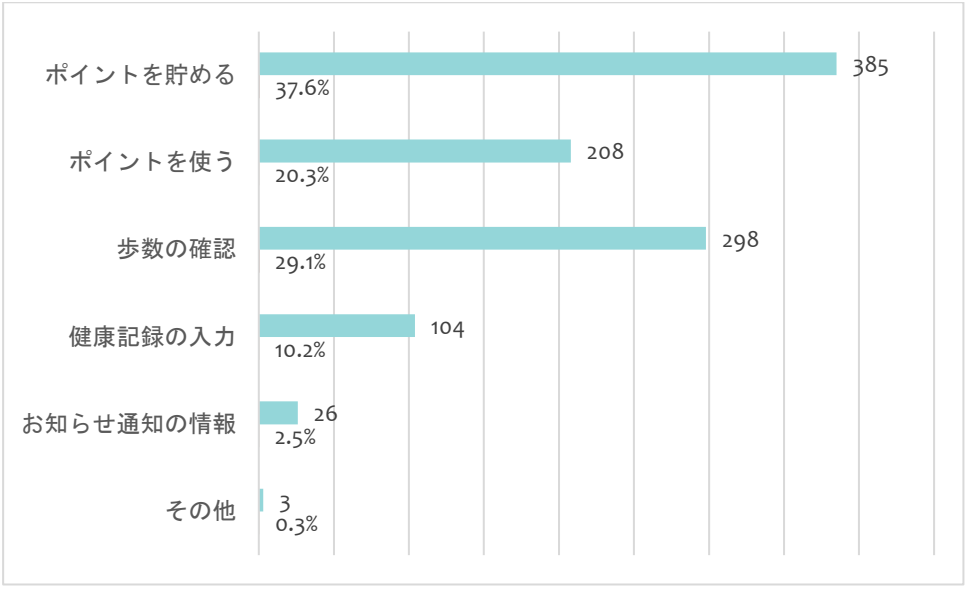
当アプリを知ったきっかけとして、「広報しみず」・「町ホームページ」が 56.1%を占めているため、今後も情報発信していく。また、「紹介」が 32.2%と口コミで広がっていることがわかる。

④アプリの使用頻度



アプリの使用頻度は、「毎日」85.0%、「週に数回」10.4%と、95%以上の方が週に数回以上は当アプリを使用している。

⑤楽しみにしていること（複数選択可）



※その他の詳細

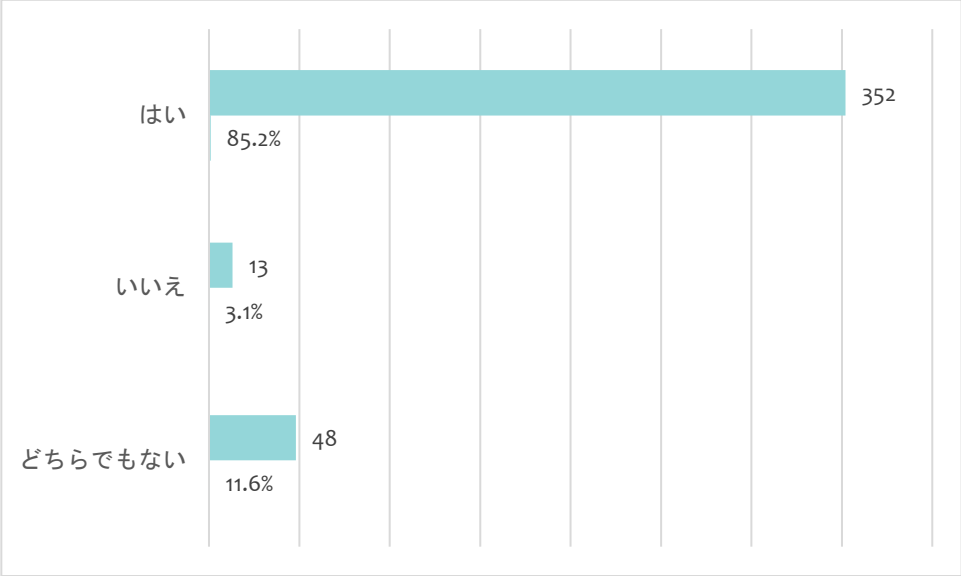
記録の確認

歩数計数値化で歩く楽しみが増えた

１日の日課として楽しみのひとつとなっている

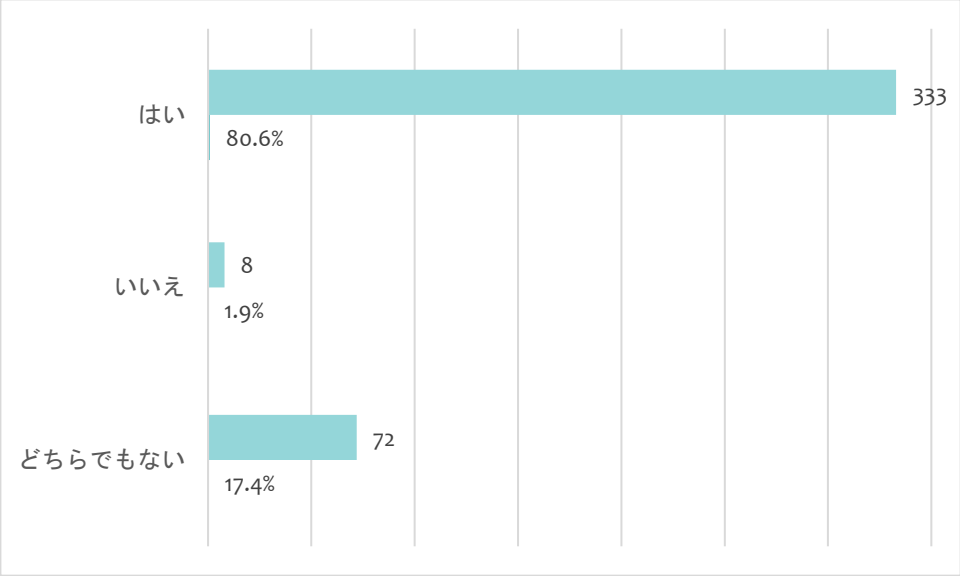
楽しみにしていることは、「ポイントを貯める」・「ポイントを使う」が約６割を占めている。

⑥歩くきっかけになっている



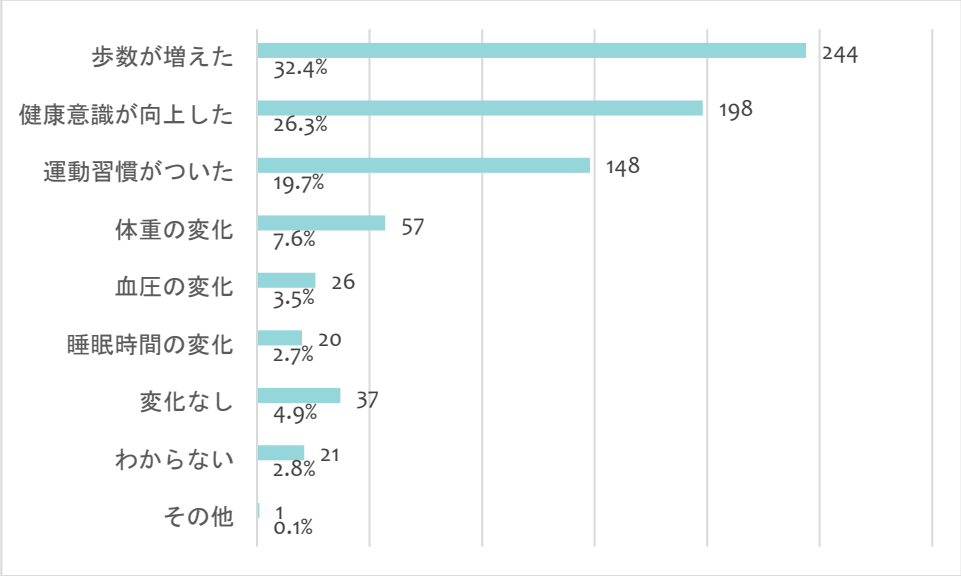
85.2%の方が、歩くきっかけになっている。

⑦健康管理に役立っている



80.6%に方が、健康管理に役立っている。

⑧利用後の変化（複数選択可）

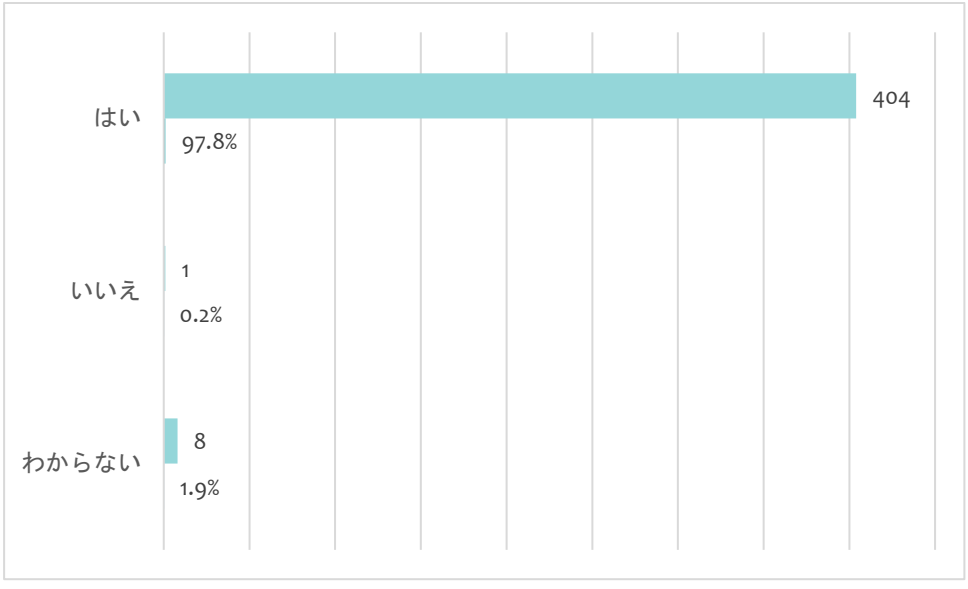


※その他の詳細

行動のきっかけが出来た

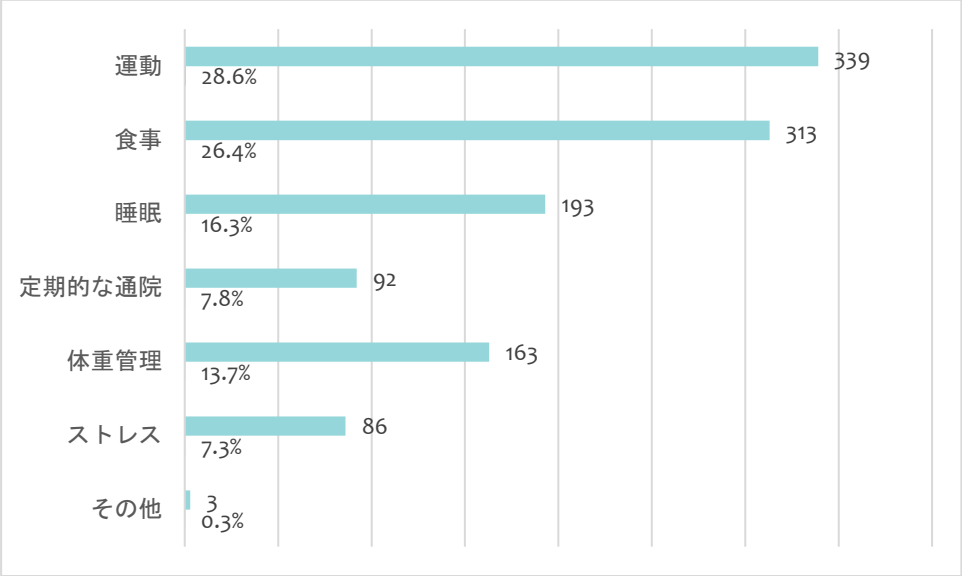
利用後の変化として、「歩数が増えた」・「健康意識が向上した」・「運動習慣がついた」と健康に対しての意識や行動が向上した方は 78.5%となっている。また、「体重の変化」・「血圧の変化」・「睡眠時間の変化」は 13.7%となっているため、健康記録の入力も課題となっている。

⑨今後もアプリを利用する



今後もアプリを利用する方は 97.8%となっている。

⑩健康について気を付けていること（複数選択可）



「運動」28.6%、「食事」26.4%、「睡眠」16.3%と上位３項目で約７割占めている。

⑪アプリに対するご意見

1　普段も歩く様に気をつけていたのですが、このアプリを知って（ポイントがつく事）、歩くはげみになっています。

2　施設使用時に貰えたポイントがなくなり残念ですが、買物でもポイントが貰えたり、使えたりできるのでいいですね！
少し歩数が足りない時、その辺一周してます！

3　体温記録を追加して欲しい

4　ポイント参加施設増設
平均値の公開(歩数等)上位発表以外にも分かれば自分の目標にしてみたいです＾＾

5　私には、健康管理上必要なアプリと思っています。

6　アプリがたまに故障するので正確な数字が求められない
最近は一万歩以上数字が異なっている

7　ポイントがゆうすいポイントに変換できません。

8　毎日の張り合いになってます。　　夫婦で一緒に散歩してます。

9　なかなか通信に時間がかかったり、歩数が反映されなかったりすることが多く感じます。せっかく意識して歩いても反映されないと残念な気持ちになります。アプリの改善を期待します。

10　体重や血圧登録の際に、いちいち数字に変換するのが面倒。
デフォルトで数字入力になっていると便利。

11　データ入力する際に、
いちいち、数字入力に変換するのがストレスです。
iPhone のヘルスケアのように、
数字入力変換しなくても
直接、体重・血圧等の数値を入力出来るようにしてもらいたいです。
検討お願い致します。

12　歩数が、ポイントに反映されない時がある。（アプリは開いているにもかかわらず）
せっかく、10000 歩以上歩いても、ポイントにならない時があり、モチベーションが、失われる。

13　歩数がヘルスケアと連携されません。
改善をお願いします。

14　しばらく体重が印字されなかったのでアプリが信用出来なくなったのは残念でした。

15　ここ最近　歩数に誤差が出ている様だ
確認をお願いします♪
そんに歩かないのに母数が大きくなる

16　アプリの動作が遅すぎてとても不快です。
歩数も未だに、気がつくと 1 日 0 歩の時が多数あります??

17　1 日のマックスが 10000 歩ではなく、100000 歩以上歩いてもポイントをつけてほしいのと、ポイント還元率を上げてほしいです。
去年は春に買い物をするとポイント還元率が高くて今年も楽しみにしていたのに、アプリの楽しみが今年は半減しました。

18　毎日歩数を見たり、睡眠登録してるのに、その日の、ポイントが付かないときがあったりするのは、何故なのか?

19　上上、

20　fit で歩数を補正しても本アプリに反映されない不具合はなぜか教えて下さい。

21　アプリを開かないと歩数が記録されないのか不便

22　前日の歩数が、最後にアプリを立ち上げ時の歩数のままで、そのあと歩いていても歩数が正確に記録されず、ポイントが少なくなってしまう日が多々あるので改善して欲しい

23　半年とかに一度ポイント 2 倍の日を設けてほしい

24　時々、ポイントが 2 倍になるとかの楽しみがあると更にやる気が出るかも。

25　もう何ヵ月も歩数がカウントされない
携帯の問題なのか、わからず
対処法も改善されず

26　体重や血圧を登録していない日にはお知らせメール 的に連絡があると嬉しい。

27　歩数の順位は不必要
歩数のランクは有っても良いのでは
但し　上位は一万歩以上で良いのでは！

28　利用により歩行や健康意識に繋がってると思います。
あと 5 月 9 日の歩数が反映されません。
自分のアプリの問題なのか元のアプリの不具合なのかどうでしょうか。

29　ポイントがつくので、ポイントをためて、美味しいものを食べにいく。ご褒美を楽しみにする

30　反応が遅いのが少し気になる。不便はしてませんが。

31　体重入力がうまく行かないことがあります。電波がいいところでもなります。
ポイントの還元率がものすごくいいので、歩数を増やすようにするモチベーションも高まります。これからもこの還元率でやっていただきたいです。
アプリの開発、改善お疲れ様です。

32　動きがぎこちないところが使いにくいです。

33　過去の歩数ランキングを見ると異常な程の歩数が記録されていますが、本当に歩いて居るのか気になる。。。

34　歩数がカウントされない事が頻繁で困ってます

35　歩くだけでポイントも増えるし、健康にもなれるので楽しみのひとつになっています。これからも継続してほしいです。

36　毎日、犬の散歩するのに役立てていただいてますが、月のランキングを見る限り、上の方々は実際の歩数なのか疑問に思います。おそらく機械でやってるのかと思いますが、上限あるのはいいと思いますが、ランキングにする意味は余り感じられません。自分としては、健康の為のついでにポイントも少しずつたまって今後も有り難く使用したいと思います。

37　歩数を毎日確認しないと、反映されないのが不便。

38　体重入力エラーが多い。
いつからか、体重の小数点を入れるとエラーで入力出来なくなった。

39　歩数がカウウントされないことがある

40　健康のために良い施策と思う。サントムーンで使えるのが良いと思う。

41　アプリに繋がらない事が多い。
歩数がカウントしていない事が有り、スマホの電源を入れ直す事がある。

42　図書館とかのポイント追加がなくなり寂しい。

43　歩数が反映されていない事があるのですが何故でしょうか？

44　連携できるスマートウォッチが限られているので使いにくい
45　枠の中の数字をもっと濃くしてほしい
46　歩数がきちんと反映されないので、前は毎日チェックしていましたが、今は思い出した時程度になってしまいました
47　自己管理に楽しくなる、
48　ポイントを使えるお店も多くて嬉しいです。毎日起動するのを忘れてしまうのでリマインダー機能があると嬉しいです。(すでにあったらごめんなさい)
49　きっかけはゆうすいポイントとの連携に惹かれてアプリを始めましたが、毎日の歩数を意識したり、体重を意識したりすることで健康意識が高まり、2 年前は運動不足で肥満気味でありましたが、今は体重も適正体重で体調も毎日優れています。とても感謝しています。
また、イベントでのポイント付与も気にするようになり、町のイベントにも積極的に参加するようになりました。
1 ヶ月で 1000 円分くらいポイントが貯まるので今後の町への負担が心配になりますが、ポイント付与数を下げても利用する人は十分いると個人的には思っています！応援してます！
50　アプリの不具合を起こすことが多いので改善して欲しい。
ポイントを貯められるイベントを増やして欲しい。
51　使えなくなる（固まったり）事が多くて困ります。
52　ポイント交換すると、交換に失敗しましたと表示
1 回も交換出来ていません。

53　時間帯によって、体重登録の際にアクセスが集中すると登録できないことがあり、そのまま登録し忘れることがあるため、改善して欲しい。
54　体重入力時に、数字入力表示にして欲しい。日本語入力が出てくるので、切り替えが煩わしい。
55　歩数の認識反応が遅いので　3 日以上履歴に対応してほしい
56　アプリの中で運動後のストレッチの仕方の動画を流して欲しい。
57　歩数が他のアプリより少ないです。

58　歩いた翌日もアプリを起動して確認しないとポイントが反映されないようなので、毎回アプリを開かなくても、歩いた分はポイントがつくようになってほしい
59　時々、計上出来なくなります。機械だから仕方がないですが、悲しくなりますね。

60　特に無いです

61　時々Google の歩数との違いがありどちらが正しいか分からないときがある。改善して頂きたい。

62　歩数がカウントされないことがある。
PW が違うと云う表示がされない。

63　毎日　アプリを使う事が習慣になってきました

64　歩数が反映されないことが多々あり
モチベーションが下がってしまいます

高齢の方が使用しているようなので
数値がもう少し大きく見えるといいと思います

65　おかげさまで、楽しく運動しながらポイ活ができてます。もし可能でしたら、清水町の運動イベントに参加すると何ポイントかつけていただけると町のイベント活性化にもなるのではないかなと考えます。よろしくお願いします。

66　時折、反応が遅い時が見受けられます。

67　シンプルで使いやすい

68　スマホに元々入って
たアプリと歩数が違い過ぎて、がっかりしてしまいます。最近では熱がかなり、覚めてきてるのも事実です。

69　処理速度が遅い

70　歩数とポイントの関係がよく分からない。（自分の溜まってるポイントが分からない）

71　月間歩数ランキングは止めて正解です
ランキング上位のかた達は明らかに不可能な歩数を毎月毎月ランキングして真面目に歩いている人達がバカらしく思えます
不正をしているのが一目瞭然でした

72　たくさん歩くと歩数が増えるのも楽しみだし、それによってポイントが貯まるのも楽しみです。

73　ランキングは終了したのですか?

74　ゆうすいポイントに交換出来ません
たまにカウントされていない時がある

75　アプリの使い方にやっとなれてきました
地域活動をもっと教えて欲しいです

76　これからも使います

77　歩数が入らないときがあるので、入りやすくしてほしい

78　歩数のカウントは前日の最大歩数にして欲しい。時計と同期がアプリ起動後だとカウントしてくれない

79　健康に対する意識が向上した。
過去の血圧値が確認できていい。

80　動作が遅い
入力完了からポイント確定までの時間が長く、何時ボタンを押してしまう。

81　とても良い取り組みだと思います。
これがあるので、歩こうかなという気分になることもあります。
私の場合、引っ越してすぐに立ち寄った地域交流センターの方が教えてくれて存在を知りました。
住所変更してすぐの人にも知ってもらえるきっかけを作ればもっと多くの人が活用できると思います。
ぜひオススメしたいです。

82　毎日確認をして、あともう少し頑張ってポイントを貯めようと意欲向上出来る良いアプリだと思います。改善して貰えるとしたら、血圧体重等翌日以降でも入力出来るようにしていただけると記録が残しやすくありがたいです。

83　あまりうまくアプリが使えていません

84　数値入力の切り替えが手間がかかる

85　これからも続けてほしい

86　ポイントを貯めて、交換できるのは、すごい魅力です！頑張って貯めようと思っています。

87　ポイント倍増キャンペーン等楽しく使えるアプリにしてください

88　旅行などで遠くへ行った日（帰って来た日）の歩数などがカウントされないのを何とかならないか？

89　普段の暮らしの中で無理のない範囲で少しだけ歩く気になる。
僅かなポイント、というところも少しでも歩いて貯めたいような、無理な時には歩かなくても諦めつくような、絶妙な金額で良いかと。

90　動作が重かったり、アラートが出る頻度が高いように思います。ストレスなく、スムーズに使えるように改善してほしいです。

91　以前は歩数がカウントされない日があったが最近は　改善されてきたと思う
機種変更の時　他のアプリより少し手間取った

92　他の歩数計アプリと比較すると、アプリが止まるのか…。歩数がカウントされない事が多々ある。
このアプリ自体の不備ではないか。

93　睡眠時間を入れようとしても、入力できない時がある。睡眠時間を入力しても、「本日のデータ」に反映されず、前日の睡眠時間が反映されている時がある。

94　今のままで良い

95　データが記録されているから励みになる。健康管理にはよいアプリだと思います。

96　①ランキングの桁が大き過ぎて、ちょっと張り合いがなくなりました。提案としては、15000 歩は、何人。30000 歩は、何人。50000 は、何人。…。100000 歩は、何人とか、来月は、もう少し歩いてみようみたいな気持ちになりたいです。
②体重、血圧を入力をする時に、開くと数字入力になると、楽に入力ができると思います。

97　歩数によってポイントが貰えて、大満足です、ただ歩いてましたが、歩数気にして、達成まで、機会を作り歩きにいきます。今はルーティンに、なっています。朝の予定も歩きから、初めています。

98　夕方になると日付が変わるのが気にな

99　歩数が反映するのに時間がかかる時かあります…。

100　毎日 開くことを忘れてしまうことが たまにある。体重や血圧を入力してない日にはお知らせメールが来たりするとありがたい。

101　一般なアプリに比べ反応速度が遅く感じる時がある。

102　なぜ　歩数の順位をつけるか不明
歩数の人数ならば理解が分かる

103　１００００歩以上でもポイント下さい。例 15000 歩で、120 ポイントとか。もっと利用者増えるかも＼(^o^)／

104　次の日にアプリを開くことで、前日の歩数のポイントが反映されるが、次の日にアプリを開かなくても、ポイントがつくようにして欲しい。また、ポイントの反映までに時間がかかることもあるので、スムーズに反映されるようにして欲しい。

105　睡眠時間を入力するとき日にちがずれて入力できないときがある。

106　反応が遅いことがある 。

107　??数値入力時に数字が表示されるようにする
ひらがな入力画面になってしまう
他のアプリは、スマホでも数値画面になる
??他のアプリとの連動、連携で数値入力の簡略化が出来ると良い
　ガーミン、ヘルスケア、オムロンコネクト等
??お知らせで、健康ワンポイントを簡素に見やすく紹介する
体操、ストレッチ、食事での注意点（塩分、糖分、アルコール等）

108　このアプリ利用して１年近くなります．毎日続けてます、妻と一緒に外に出るきっかけになってます。

109　歩数はヘルスケアと連動しているが、血圧・心拍数はヘルスケアと連動しておらず2度打込みになっていて不便。血圧・心拍数もヘルスケアと連動させて欲しい。

110　他の歩数計より少ない事が多い、
翌日、体重や睡眠時間入れ忘れると
前日せっかく一万歩歩いても、評価0は
がっかり。

111　ポイントがある事で今日も歩こうとおもえる。

112　血圧測定値朝夕2回分けて頂きたい。

113　反応が遅い

114　シンプルで使いやすいと思います。お知らせも身近な事だったりするので役立っています。

115　歩数を見ることで体を動かしたかの目安になる。

116　ポイントの還元率が悪すぎると思います。

117　時々、歩数のカウントが出来ない時があり、せっかく歩いてもゼロのままなのでガッカリです。

118　10000歩歩いても歩数が違ったりする時はがっかりします。

119　iPhoneのヘルスケアから　plus WALKからの立ち上がりが遅いです

120　前よりは良くなったが、体重の入力読み込みが上手くいかず、何回か打ち直さないといけない。
現在は改善されているのかもしれないが、ヘルスケアと連動しているならアプリを開かずとも、その歩数で登録されるようにしてほしい。以前はたくさん歩いてもヘルスケアの歩数よりかなり少ない歩数で登録されることがあった。

121　体温が記入出来たらいい

122　反応が遅い点が気になります。

123　歩数が反映されない時がある。
10，000歩歩いているのに記録は8千何かしとか
がっかりする。

124　血圧や体重を入力する際、入力した数値が消えて入れ直す事が多い

125　朝体重等入力していますが入力した数字が
表示されるのですが登録する時に消えてしまい一回で登録出来ない日が多くなりました

126　日々の健康管理に役立てていますが、アプリのトラブルが少ないといいですね。

127　アプリは分かりやすくて使い易いです。仕方がないのかもしれませんが、時々反応が遅くなって入力出来ずに時間をおいてやり直すことがあります。

128　お風呂以外アップルウォッチもつけて毎日過ごしていますが、月の半分近くが歩数なしになってしまい、残念です。

129　概ね良好です

130　なし
131　ボーナスポイントとかあるともっと楽しみになります。せっかくランキングを発表してるのにご褒美がないのでつまらないです
132　毎日　楽しく活用しています
　今後も続けて下さい?
133　ポイントを使える店を増やして欲しい。
134　これからも利用したいと思います。
135　アプリのレスポンスが悪く、履歴やお知らせを押しても表示に時間がかかる、もしくはそもそも表示されない事が多いです。
歩数の反映もアプリを開いて同期ではなく、バックグラウンドで同期して欲しいです。
あと、歩数以外の血圧や体重等も、別アプリで入力したデータと同期して欲しいです。
136　アプリが起動しない時が度々ある
137　スマホの性能上なのか歩数が記録されない時がある
138　レスポンスの改善をお願いします。
139　アプリの不安定感が改善されると良いと思います
140　反応が悪すぎるのが気になります。
141　睡眠時間の入力が、その日の 20 時以降だと翌日扱いになってしまい、入力できなくなるのを改善してほしい。たまに夜遅くに入力しようとすると、体重だけ入力できて睡眠時間は入力できなくなってしまう。
142　入力後の反応が遅い